



COPIA  
OMAGGIO  
live 1999

# Opinione

DIRETTO DA PIERA PIPITONE

Periodico quindicinale di Opinione - Politica - Cultura - Sport - Cronaca

**SEGUICI**

TG-WEB News alle **7**

**f** L'Opinione Teleibs

L'editoriale di Piera Pipitone

## Aeroporto "Vincenzo Florio": tanti dubbi e poche certezze



▪ A PAG. 3

### MAZARA DEL VALLO

#### Un ristorante nella palude di Capo Feto



di Enzo Sciabica

▪ A PAG. 5

### SALEMI

#### Operazione antimafia con dodici arresti e sequestri di beni



di Franco Lo Re

▪ A PAG. 8

### CASTELVETRANO

#### Crollo della banchina. Attacco dell'On. Tancredi



▪ A PAG. 9

### MAZARA DEL VALLO

Lasciano "Fratelli d'Italia" e costituiscono il gruppo denominato "Autonomisti"

▪ A PAG. 5

Con #mazaralibera si costituisce un nuovo gruppo in consiglio comunale

▪ A PAG. 5

Il Prof. Pino Giacalone insignito dell'onorificenza di Cavaliere di Gran Croce

La Redazione

▪ A PAG. 6

### TRAPANI

Nuove tecnologie per la Chirurgia endoscopica urologica

▪ A PAG. 7

### CAMPOBELLO DI MAZARA

Due rotatorie che collega Campobello con Tre Fontane e Torretta Granitola

▪ A PAG. 7

### Movimento consumatori

T. I. A. 2012 Mazara del Vallo facciamo un po' di chiarezza di Melania Catalano

▪ A PAG. 8

### SALUTE E CORPO

Il cibo può davvero essere la nostra medicina

di Angela Asaro

▪ A PAG. 11

### Sportivamente

Seconda Prova Nazionale Gran Prix "KINDER+ SPORT"

▪ A PAG. 11

# Coppetta

food passion



La commenda di Mazara del Vallo

## Sovrano Ordine di S. Giovanni di Gerusalemme

### «Cavalieri di Malta» S.O.S.J.



La commenda di Mazara del Vallo



**ALA**

**TECNOLOGIE PER L'AMBIENTE**



**Termostufa  
a pellet 15,5 kW**

**12**  
rate da

**€ 229,00\***

**Installazione inclusa\*\***

*\* Promozione valida con il beneficio delle agevolazioni statali D.M.16/02/2016 Conto Termico 2.0 applicato per la fascia climatica "C" e dell'art. 7, comma 1, l. b della legge 23 dicembre 1999 n. 488.*

*\*\* Per installazione standard si intende max 4 mt. lineari di canna fumaria.*

**AFFIDATI AI PROFESSIONISTI DEL SETTORE**

**ALA**

**PUNTO DI RIFERIMENTO PER IL RISPARMIO ENERGETICO, SEMPRE PRESENTE**

**Via Marsala, 285 - MAZARA DEL VALLO - 0923 941522**

**info@gruppoala.it - www.gruppoala.it**





# L'editoriale di Piera Pipitone

www.teleibs.it

## Aeroporto "Vincenzo Florio": tanti dubbi e poche certezze

Il futuro dell'Aeroporto "Vincenzo Florio" di Trapani-Birgi è un grande punto interrogativo. A complicare la situazione è stato il "No" della Regione alla restituzione dei 2 milioni e mezzo di euro che erano stati ottenuti dall'ex Provincia di Trapani come ristoro per la chiusura dell'aeroporto durante la guerra in Libia ma che non sono stati spesi in tempo e quindi sono stati ritirati. "Il destino giuridico dei 2 milioni e 500 mila euro – dice il presidente dell'Airgest Paolo Angius –

semberebbe essere incerto. Il ragioniere generale della Regione ha detto che le somme dovrebbero essere inutilizzabili. Sono in contatto con il presidente del Libero consorzio, con la presidenza della Regione e con i Comuni. Ho chiesto al presidente Musumeci un incontro, per riottenere le somme. E' necessario un decreto presidenziale di Musumeci perché questi denari sono quelli che dovrebbero dare sostegno alla stagione estiva che allo stato è profondamente

compromessa, vista la procedura del Tar Sicilia che ha annullato il precedente bando per la promozione delle



rotte". Sembrerebbe che queste somme rappresentino l'unica soluzione a cui si aggrappano i quattordici sindaci che, con l'accordo di comarketing, sostengono il Vincenzo Florio, il Distretto turistico della Sicilia Occidentale, l'Airgest, il Libero consorzio comunale di Trapani e la Camera di Commercio. "Non ci aspettavamo – dice Giuseppe Pagoto, presidente del Distretto turistico della Sicilia occidentale e sindaco delle Egadi – di apprendere che le risorse del Libero Consorzio non sono disponibili, neppure in par-

te. Noi sindaci, insieme alla Camera di Commercio, abbiamo ancora una volta espresso disponibilità e volontà a intervenire per contenere la crisi dell'aeroporto. E' necessario, però, agire in sinergia altrimenti non andiamo da nessuna parte. E', inoltre, indispensabile che il presidente Musumeci convochi tutte le parti per capire come procedere altrimenti rischiamo di perdere tempo".

Nel frattempo il Presidente dell'Airgest ha fatto la spola da Malta a Berlino in cerca di nuove rotte e nuove compagnie "Si tratta – dice Angius – di incontri finalizzati a collaborazioni extra bando. Abbiamo preso contatti pure con altre compagnie e con broker che potrebbero

rimettere alcune linee che attualmente sono state abbandonate da Ryanair. L'obiettivo è quello di far sì che qualche altra compagnia, allettata dal fatto che abbiamo una gestione delle tariffe portuali più bassa rispetto ai vicini, basi dei voli su Trapani. Sono fiducioso e spero di riuscire a ottenere qualcosa". Sono davvero poche le certezze riguardo l'aeroporto "Vincenzo Florio", le rotte sicure sono al momento Baden Baden, Milano Bergamo, Francoforte Hahn e Praga, inoltre vi è anche la tratta su Pantelleria e i voli Milano e Roma dell'Alitalia, si resta in attesa dell'annuncio dell'Airgest per le rotte su Tunisi, Amsterdam e Maastricht.



**Ristorante - Pizzeria**  
**Baby Luna**  
 Specialità marinare e  
 cous-cous con pesce

**Tel. 0923 948622** **Chiuso il lunedì**  
**Via Lungomare Mazzini - Mazara del Vallo**



**MAZARA DEL VALLO**

**AVO associazione volontari ospedalieri di Mazara del Vallo**

**L'**AVO associazione volontari ospedalieri di Mazara del Vallo, nata in ospedale a Mazara nel 2005, per umanizzare e dare un supporto morale al paziente e ai familiari. E' formata da 25 volontari che prestano alcune ore della settimana al servizio del paziente volontariamente.

Attualmente la presidente dell'associazione è la signora Mirabilini Marcella. gli altri componenti dell'associazione sono: Anna Foggia, Francessa Perlotti, Vita Ingrande, Fina Campo, Mariella Foderà, Francesca Rizzo, Marcella Mirabilini, Francesca Asaro, Maria Pavia, Nuccia Parrinello, Katia Ballatore, Rossella Giacalone, Bice

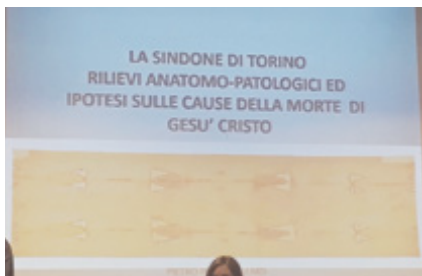
Messina, Caterina Giarratano, Carolina Ruggeri, Giovanni Salvo e Susanna Di Stefano. Chi volesse unirsi all'associazione AVO e donare un po' del proprio tempo libero ad aiutare i pazienti dell'Ospedale Abele Ajello può contattarci al cell.3470763044



**La sindone, indagine su un mistero**

**S**abato 10 marzo 2018 si è tenuto in Palermo presso la sala congressi Orione del San Paolo Palace Hotel un incontro sul tema: "La sindone, indagine su un mistero". La conferenza è stata organizzata dall'Associazione Nazionale Cavalieri al merito della Repubblica Italiana sezione di Palermo (Ancri Palermo) in collaborazione con la professoressa Emanuela Mannelli e il medico Pietro Pescetelli, esperti sindonologi, che hanno affrontato le diverse problematiche legate, ancora oggi,

a questo telo per molti tuttora misterioso. Gesù, è veramente l'uomo della Sindone? La Sindone è davvero il lenzuolo funebre di Gesù, oppure si tratta di altro? I Vangeli narrano fatti realmente accaduti, oppure vogliono solo darci un significato recondito? Si è tenuto, altresì, uno spazio riservato a domande e approfondimenti curato da Francesco Panasci. All'incontro ha partecipato una delegazione dell'Associazione



Nazionale Cavalieri al merito della Repubblica Italiana sezione di Mazara del Vallo (Ancri) rappresentata dal Presidente Cav. Renato Giovarmelli! E dal Cav. Ignazio Rondi. Grazie. **Cav. Ignazio Rondi**





## MAZARA DEL VALLO

## Un ristorante nella palude di Capo Feto

La più bella e significativa palude costiera esistente ancora in Sicilia sud-occidentale, Capo Feto, Curleu per gli indigeni più nostalgici, più che per le sue qualità naturali è spesso alla ribalta delle cronache per lo stato di abbandono e di degrado in cui la fanno ripiombare, essenzialmente, quegli Enti governativi locali ad esaurimento delle provvidenze economiche stanziare per restituirla allo stato di seminaturalità. L'attenzione di recente è stata rivolta a due di detti Enti: il Comune, ovvero la IV Commissione Igiene... e Tutela dell'Ambiente e il C.N.R. (I.R.M.A.). La IV Commissione comunale, nel 2014, ha compiuto infatti un tentativo per favorire il passaggio del biotopo da Oasi regionale di Protezione e Rifugio della Fauna a Riserva naturale. Il tentativo non partì nel migliore dei modi se vero, come è vero, che la Commissione, anziché convocare tutti coloro che avevano dimostrato interesse, inizialmente preferì effettuare un sopralluogo, coinvolgendo un dipendente dell'ex Provincia e un rappresentante del WWF. La cosa ingenerò lo sgomento di altra Ass.ne ambientalista i cui aderenti avevano collaborato con precedenti Commissioni. In seguito alla protesta scritta, con all'oggetto "basta riserve naturali col fine principale dei finanziamenti dall'Unione Europea", la IV Commissione non poté fare a meno di

convocare separatamente, l'1/4/2015, anche la summenzionata Ass.ne. Da allora, la Commissione sembra essersi trincerata nel silenzio più assoluto anche se nel corso del confronto era sembrato che ci sarebbe stato un seguito, come si può percepire anche dal Verbale n. 38 dell'1/4/2015 che si riporta nelle parti essenziali: "La IV Commissione a seguito della lettera inviata da suddetta associazione è ben lieta di confrontarsi su una tematica così importante per la città. Il presidente ribadisce..... La commissione ha avuto modo di studiare l'area in questione e di effettuare un sopralluogo e all'unanimità ha deciso di inviare la richiesta del passaggio da "Oasi" a "Riserva". Il punto all'ordine del giorno è stato approvato all'unanimità e trasmesso alla Regione. Prende la parola il segretario dell'associazione....., informa la commissione che se il passaggio da "Oasi" a "Riserva" non è accompagnato da un progetto idoneo (un progetto della Provincia per la gestione della RNI Lago Preola e Gorgi Tondi, giudicato scarso dalla Regione è stato scartato) non può essere preso in considerazione. Inoltre, ribadisce che uno degli accompagnatori nella

qualità di membro del CRPPN non era autorizzato ad effettuare alcun sopralluogo. L'appunto a detta dello stesso segretario non sarebbe stato sollevato se l'accompagnatore si fosse presentato come membro o tesserato del WWF quale è.

Il Presidente ribadisce che (il soggetto) ha accompagnato la commissione...in qualità di membro del CRPPN e non era compito della commissione verificare se era autorizzato.

che incombono su detti Margi, visto lo stretto collegamento, specialmente per l'avifauna, tra Capo Feto e la mazarese Laguna di Tonnarella, ovvero "Colmata B", sarebbe più opportuno accorpere la palude di Capo Feto alla Laguna che, tra l'altro, è area del Demanio Marittimo, ubicata alla periferia di Mazara, come le Saline di Trapani e Paceco... Nel 2011 il Ministero dell'Ambiente, l'Assessorato regionale

le Territorio e Ambiente e l'ISPRA, hanno illustrato agli altri Enti interessati l'importanza ecologica dell'area... La suddetta area, pertanto, non dovrebbe essere più destinata ad accogliere i fanghi del dragaggio, cercare una soluzione alternativa (e) consultare il "Manuale" ex ICRAM (attuale ISPRA), ex APAT (attuale ARPA) per il corretto smaltimento dei sedimenti



Il segretario dell'Ass.ne coglie, comunque, l'occasione per fare presente che la palude di Capo Feto, nel progetto presentato dall'ex Provincia, risulta accorpata a Margi Spanò e a Margi Nispolelle che ricadono in territorio del Comune di Petrosino. Per Mazara del Vallo, considerati gli interessi di privati

portuali. La commissione dopo avere ascoltato con attenzione si riserva di contattare l'Assessore (comunale) all'Ambiente." Considerato il silenzio calato, è ipotizzabile che l'Amministrazione più che alle voci delle Casandre presterà attenzione ai canti delle sirene.

Enzo Sciabica

## Lasciano "Fratelli d'Italia" e costituiscono il gruppo denominato "Autonomisti"

Consiglieri Comunali Foderà Vito, Provenzano Rosaria Antonia, Giacalone Giuseppe lasciano il gruppo consiliare "Fratelli d'Italia" e costituiscono un nuovo gruppo consiliare denominato "Autonomisti". "Visto l'impegno intrapreso nelle recenti tornate elettorali - affermano - considerata la totale assenza di una ramificazione sul territorio comunale rassegniamo le dimissioni dal gruppo consiliare "Fratelli d'Italia" aderendo al nuovo movimento/gruppo, denominato "Autonomisti" che viene istituito come di seguito: capogruppo Cons Foderà Vito, vicecapogruppo Cons. Provenzano Rosaria Antonia e componente

Cons. Giacalone Giuseppe. Il gruppo AUTONOMISTI nasce nel rispetto dell'autonomia territoriale, un valore per noi importante, il nostro obiettivo è rilanciare il territorio con un riconoscimento pieno dei diritti dei siciliani, collaborando con qualsiasi esponente territoriale. Il nostro è un gruppo aperto, pronto ad accogliere chiunque si identifichi nei valori del centro-destra. A breve, verrà istituita una sede territoriale che fungerà da collegamento tra i cittadini e le istituzioni, da noi nello specifico rappresentate. Il nostro gruppo - concludono - in Consiglio Comunale si identifica all'interno della maggioranza".

## Con #mazaralibera si costituisce un nuovo gruppo in consiglio comunale

Si è costituito il Gruppo consiliare "#mazaralibera" composto dai Consiglieri Giorgio Randazzo, Nicola Norrito e Antonio Colicchia. Il gruppo dichiara di avere connotazione civica, si pone in continuità al percorso dei tre Consiglieri comunali e all'opposizione dell'Amministrazione comunale, tuttavia garantendo un'opposizione costruttiva e rappresentativa delle esigenze dei cittadini Mazaresi. "#mazaralibera nasce dall'esigenza di rinnovamento della Politica attraverso figure competenti, sobrie e attente alle esigenze e ai problemi del territorio

mazarese. - hanno dichiarato i tre componenti - Mazara del Vallo, città stupenda e dalle mille risorse, ha bisogno di punti di riferimento che abbiano a cuore solo ed esclusivamente le sorti socio-economiche della Città, con idee chiare, innovative talvolta con decise prese di posizione. La costituzione del Gruppo consiliare - concludono nella nota - è una chiara intenzione di gettare le basi per un nuovo modello politico che sappia aggregare e valorizzare le migliori energie del territorio che intendono "determinare" le future scelte della Città di Mazara del Vallo".





**MAZARA DEL VALLO**

**Il Prof. Pino Giacalone insignito dell'onorificenza di Cavaliere di Gran Croce**

Una nuova onorificenza è stata conferita al mazarese prof. Giuseppe Giacalone, infatti il 5 marzo ha ricevuto da parte della Presidenza della Repubblica il diploma della onorificenza di cavaliere di Gran Croce dell'Ordine "Al merito della Repubblica Italiana" che il Capo dello Stato gli ha conferito ai sensi dell'art.2 del D.P.R. 31 ottobre 1952. La classe di cavalier di Gran Croce dell'Ordine "al Merito della Repubblica Italiana" rappresenta il più alto

riconoscimento del sistema onorifico civile della Repubblica. una carriera costellata di grandi successi, quella dell'artista prof. Giacalone, il quale il 6 ottobre 2017 nella Chiesa di "Santa Caterina d'Alessandria" di Mazara del Vallo, il Presidente dell'Accademia Selinuntina di Scienze Lettere Arti prof. Pietro Pisciotta, per le doti di mente e di cuore ed i grandi meriti, ha deliberato di accoglierlo tra i suoi membri nella classe Arti consegnandogli il diploma di membro dell'Ac-

cademia e la medaglia d'argento in ricordo. Pietro Pisciotta è un grande estimatore del Prof. Giacalone "con la sua attività artistica - ha affermato Pietro Pisciotta - ha contribuito mirabilmente a rendere nota questa città sia in Italia che all'estero. Critico d'arte ed artista egli stesso, la sua opera artistica trova migliore espressione

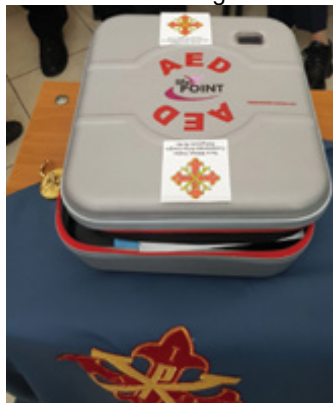


nel ridare volto, vita e sublimazione al mondo classico, religioso e profano, dove l'artista riesce sempre nelle sue opere a coniugare le istanze del reale con la ricchezza del suo phatos interiore consegnando alla fruizione dell'osservatore capolavori del mondo antico e contemporaneo".

La Redazione

**Donato defibrillatore alla Diocesi di Mazara del Vallo**

Si è svolta presso la sede dell'Associazione "Casa della Comunità Speranza" la cerimonia di consegna del defibrillatore che la Delegazione siciliana del Sacro Militare Ordine Costantiniano di San Giorgio - tramite il suo delegato dott. Antonio Di Janni e un folto numero di cavalieri - ha voluto donare alla Diocesi di Mazara del Vallo, e che per espressa volontà del vescovo Mons. Domenico Mogavero è stato concesso al centro di aggregazione giovanile che



opera nel cuore della casbah araba di Mazara, il cui obiettivo è quello di perseguire l'attività sociale e caritatevole iniziata oltre 40 anni fa in quel quartiere delle Suore Francescane di Maria, ispirandosi ai principi di valorizzazione dell'uomo, della multiculturalità, della condivisione e solidarietà umana. Parole di apprezzamento e di gratitudine sono state pronunciate da Suor Alessandra Martin e dai volontari del centro, soprattutto da Antony Ferro, responsabile delle attività sportive

che riescono a coinvolge numerosi figli di immigrati extracomunitari della seconda e terza generazione grazie alla straordinaria forza aggregante dello sport. Un dono che viene dalla Provvidenza e che consentirà alla squadra di calcio del Mazara Casbah di continuare in sicurezza e secondo le normative di legge le proprie attività sportive. Questa è la prima di una serie di attività sociali ed assistenziali che l'Ordine Costan-



tiniano in collaborazione col vescovo Domenico intendono intraprendere nel territorio diocesano.

**Iniziativa per il sociale in collaborazione con il Circo Lidia Togni**

Un pomeriggio in allegria e senza pensieri, per regalare un sorriso ai bambini. Questo è stato l'obiettivo dell'iniziativa che ha permesso alle associazioni di volontariato in ambito sociale di partecipare ed assistere gratuitamente allo spettacolo circense del Circo Lidia Togni. "Su input del Sindaco Cristaldi - ha detto l'Assessore alle Politiche Sociali, Anna Monteleone - la nostra Amministrazione continua a perseguire una serie di progetti in favore del sociale. Grazie alla sensibilità del direttore del circo, Vinicio Togni Canestrelli e alla collaborazione dell'Assessore Adele Spagnolo e del consigliere comunale Francesco Foggia - ha concluso l'assessore Monteleone-, abbiamo dato la possibilità di far vivere l'emozione

del Circo alle associazioni di volontariato, ai bambini, ai nostri concittadini diversamente abili ed agli anziani". Nel corso dello spettacolo al quale hanno assistito gratuitamente molti bambini, anziani e diversamente abili, l'Assessore Anna Monteleone accompagnata dall'Assessore alla Pubblica Amministrazione Adele Spagnolo e il Consigliere Francesco Foggia, hanno voluto pubblicamente ringraziare Vinicio Togni e Mario Marchetti per la sensibilità e la generosità dimostrate per aver accolto di buon grado l'iniziativa. "Come già avvenuto per altre analoghe iniziative - ha detto il consigliere Francesco Foggia - abbiamo trovato nell'Amministrazione Comunale e, in questo caso, nel famoso Circo Togni,

grande disponibilità per regalare un sorriso a bambini e adulti che magari non avrebbero avuto i mezzi e le possibilità di assistere al Circo". Vinicio Togni Canestrelli, figlio di Lidia e direttore del complesso circense, universalmente riconosciuto come il più esperto e prestigioso addestratore a livello internazionale, ha espresso un ringraziamento particolare al Sindaco ed all'Amministrazione, per la bella accoglienza ricevuta e per aver insieme collabo-



rato alla realizzazione dell'iniziativa benefica.

**Konsumer Sicilia Associazione difesa Consumatori e Ambiente**

Konsumer Sicilia Associazione difesa Consumatori e Ambiente apre una nuova sede a Mazara del Vallo nella Via Salemi n. 147. Konsumer Sicilia è un'associazione senza finalità di lucro, ha come scopo esclusivo la tutela dei diritti dei consumatori e degli utenti nel campo assicurativo e bancario, delle cartelle esattoriali, del condominio, delle forniture telefoniche, elettriche e del gas, della difesa dell'ambiente, etc... L'associazione si occupa altresì delle richieste di pagamento delle bollette (rifiuti, acqua, etc...) ingiuste e im motivate.

Riceve lunedì e giovedì 16.00 - 18.00; mercoledì 10.00 - 12.00.  
Dott.ssa Veronica Pipitone



**Sequestrata area adibita a smaltimento illecito delle acque di vegetazione delle olive**

Operazione condotta dai Vigili Urbani in collaborazione con l'A.R.P.A. Il locale Comando di Polizia Municipale, diretto dal Col. Salvatore Coppolino, nell'ambito di un'indagine ambientale condotta in collaborazione con il personale A.R.P.A. di Trapani, ha provveduto a porre sotto sequestro una vasta area adibita allo smaltimento illecito delle acque di vegetazione delle olive in Contrada Lippone a Mazara del Vallo. Nel terreno sottoposto a sequestro erano state realizzate 19 buche-vasche di raccolta in comunicazione tra di loro, al fine di consentire la decantazione del liquido raccolto e facendo sì che al loro interno si accumulassero

grandi quantità di liquido nero. Al fine di accertare la natura del liquido presente nelle pozze, presumibilmente acque di vegetazione proveniente da attività industriale-artigianale della lavorazione delle olive, il personale ARPA ha proceduto ad effettuare appositi prelievi e campionamenti.



**TRAPANI**

**All'Ospedale di Trapani nuove tecnologie per la Chirurgia endoscopica urologica**

**E'** stata inaugurata questa mattina dal commissario dell'Azienda sanitaria provinciale di Trapani Giovanni Bavetta, la nuova sala endoscopica e di litotrixxia ad onde d'urto, nella unità operativa di Urologia del presidio ospedaliero S. Antonio Abate di Trapani. La nuova struttura ha installate delle apparecchiature d'alta tecnologia, ed è composta da un litotritore Dornier di ultima generazione, a puntamento ecografico e radiologico, in grado di trattare in maniera mini-invasiva tutta la patologia litiasica dell'apparato urinario, da un amplificatore di brillantezza ad alta energia e da un letto radiologico in fibra di carbonio, radiotrasparente, che sarà dedicato alla chirurgia endoscopica urologica. Erano presenti tra gli altri il direttore sanitario aziendale Salvatore Requierez, il direttore del presidio Maria Cancetta Martorana, il capo dipartimento

di Chirurgia dell'ASP Lelio Brancato e il primario del reparto Matteo Napoli. Il nuovo locale è collocato all'interno del complesso operatorio del secondo piano dell'ospedale San Antonio Abate. "E' un tassello di alta tecnologia - dice Bavetta - che aggiungiamo in questo ospedale, frutto di tempo e di risorse, che è a disposizione non solo dell'urologia, ma anche di altre branche, per una visione multidisciplinare delle prestazioni. Non pensiamo infatti più a una medicina settoriale ma all'utilizzo razionale di apparecchiature e personale che lavorano insieme, perché i

saperi e le competenze devono stare insieme attorno al paziente". "Con queste nuove apparecchiature - spiega Napoli - siamo infatti in grado di trattare attraverso l'endoscopia

interventistica una serie di patologie come le calcolosi renali, ureterali, e vescicali, ma anche di effettuare la ERCP, la Colangiografia e Pancreatografia Retrograda, per il trattamento delle calcolosi a carico del pancreas e delle vie biliari". "Abbiamo operato anche sotto l'aspetto della sicurezza - aggiunge la Martorana - e per ogni passaggio delle installazioni sono state effettuate le verifiche, anche da parte dei fisici sanitari, secondo le indicazioni del capo dipartimento e della direzione sanitaria". Per informazioni e prenotazioni telefonare in reparto al 0923 809401/407



**Peppe bologna: "vi presento la mia colonna sonora"**

**U**n ritmo incalzante, coinvolgente, energia allo stato puro che rispecchia in pieno la personalità e la determinazione del candidato sindaco di Trapani, Peppe Bologna. E' stato lui stesso a chiedere ad un professionista di comporre la musica che farà da colonna sonora alla sua campagna elettorale e che da sabato 17 a mercoledì 21 marzo sarà pos-

sibile ascoltare in giro per la città. Un'iniziativa nuova ed originale per entrare nelle case, nei negozi, nei mezzi pubblici e nelle auto dei trapanesi portando un po' di quella creatività che caratterizza Peppe Bologna. Non a caso uno dei suoi slogan è: "Solo chi sogna, può volare". «La musica - ha dichiarato Bologna - porta ad estraniarci per qualche istante dalla realtà, a sognare, ma

ci dà anche la carica per accompagnare una giornata di lavoro pesante. Non è solo leggerezza - ha continuato -, è stimolo, riflessione, energia e passione. Gli stessi elementi che ho sempre messo nella mia vita, nella mia professione di editore, prima, e di imprenditore del settore immobiliare, poi, e che vorrò portare a servizio della comunità».



**A trapani un corso per formare "formatori" sulla menopausa**

**P**renderà il via venerdì un corso regionale per formatori sulla menopausa che si svolgerà in quattro giornate, promosso da AOGOI (Associazione ostetrici e ginecologi ospedalieri italiani) e SIGITE (Società italiana ginecologia della terza età) in collaborazione con l'ASP di Trapani e l'Ordine

dei Medici Chirurghi e Odontoiatri, per formare sul nuovo approccio diagnostico-terapeutico alle donne in menopausa. Il corso si terrà nella sede dell'Ordine dei medici di Trapani e avrà inizio venerdì 16 marzo alle 14,00 e si concluderà il 24. "L'evento menopausa - spiega il

primario di ostetricia e ginecologia dell'ospedale Sant'Antonio Abate, Laura Giambanco - deve essere visto come un evento sentinella che offre una unica opportunità per un dialogo tra la donna e gli operatori sanitari, per valutare e migliorare lo stato di salute. Per questo abbiamo coinvolto an-

che i Medici di medicina generale, per costituire una rete a maglie fitte che riesca a 'cogliere' quante più professionalità possibile. Il tutto in linea con il desiderio del commissario dell'ASP Giovanni Bavetta di iniziare un percorso menopausa che coinvolga sia il territorio che gli ospedali".

**CAMPOBELLO DI MAZARA**

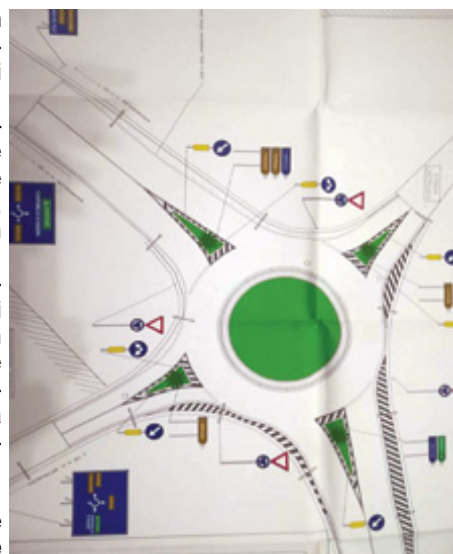
**Due rotatorie per la messa in sicurezza della provinciale che collega Campobello con Tre Fontane e Torretta Granitola**

**La Giunta ha approvato il progetto esecutivo. Opere per 508mila euro cofinanziate dal Comune**

**D**ue rotatorie saranno realizzate lungo la provinciale che collega Campobello a Tre Fontane e Torretta Granitola al fine di migliorare la sicurezza stradale in due dei nodi più ad alto rischio della rete viaria cittadina. La Giunta comunale guidata dal sindaco Giuseppe Castiglione, con propria deliberazione, il 26 febbraio scorso, ha infatti approvato il progetto esecutivo delle due importanti opere, che in particolare saranno realizzate in corrispondenza del bivio con le Cave di Cusa e di quello con Torretta Granitola, che negli anni sono stati scenario di numerosi drammatici incidenti, confermando l'impegno di spesa di 508mila euro. Tale somma sarà in parte finanziata con fondi provenienti dal Piano

Nazionale Sicurezza Stradale (217mila euro), mentre la restante parte (pari a 291mila euro) sarà finanziata dal Comune di Campobello mediante l'impiego di fondi provenienti da residui di mutui stipulati con la Cassa Depositi e Prestiti. Il progetto è stato redatto dall'ing. Valerio Manta, tecnico esterno incaricato dal Comune durante la passata Amministrazione. Responsabile unico del procedimento è, invece, l'arch. Francesco Di Stefano, tecnico comunale. "Finalmente - afferma il sindaco Giuseppe Castiglione - dopo un iter molto travagliato a causa di problematiche di natura finanziaria, siamo riusciti a reperire le somme necessarie per la realizzazione di queste importanti infrastrutture, che ci con-

sentiranno a breve di mettere in sicurezza una delle arterie stradali più trafficate e rischiose di Campobello. Non appena riceveremo il decreto di finanziamento da parte dell'assessorato regionale delle Infrastrutture e della Mobilità, saremo in grado di procedere in tempi brevi all'appalto dei lavori. Oltre al fondamentale ruolo svolto dalla mia Amministrazione, mi è d'obbligo riconoscere anche un grande merito all'ex assessore Domenico Accardo, che all'epoca dell'Amministrazione Caravà si era fatto promotore dell'iniziativa".



Il Portavoce Antonella Bonsignore



**SALEMI****Operazione antimafia tra Salemi e Vita con dodici arresti e sequestri di beni**  
**La città scossa dalla notizia****Domenico Venuti: "Lo Stato c'è e aggredisce la mafia nei suoi patrimoni"**

Oltre 100 uomini, tra Carabinieri di Trapani e Dia, coordinati dalla Dda di Palermo, hanno condotto una vasta operazione di polizia nella notte di martedì scorso nel corso della quale sono stati effettuati dodici arresti per associazione mafiosa. Da una lunga inchiesta nata nel 2014 su esponenti delle famiglie di Vita e Salemi, ritenuti favoreggiatori del capomafia latitante Matteo Messina Denaro, si sarebbe accertato che parte del denaro derivante dagli investimenti delle cosche, sarebbe stata destinata al mantenimento di Messina Denaro, ricercato dal 1993. Oltre agli arresti sono stati sequestrati tre complessi aziendali intestati a terzi ritenuti strumento dell'organizzazione criminale. Tra gli arrestati anche Vito Nicastrì, noto per essere il "re dell'elicolo". Un nome non nuovo, il suo. I suoi legami col boss

soldi derivanti dalla mediazione per la compravendita di un terreno. Nel comunicato stampa dei Carabinieri l'operazione, infatti viene chiamata "Pionica", dal nome appunto del terreno oggetto dell'indagine. Inoltre, tra l'altro, vi si può leggere che sono state eseguite "12 ordinanze di custodia cautelare in carcere, emesse dal GIP presso il Tribunale di Palermo, su richiesta della Direzione Distrettuale Antimafia della locale Procura della

Repubblica di Palermo, che ha consentito di cristallizzare una serie di condotte criminose poste in essere da esponenti delle famiglie mafiose di Vita e Salemi, ritenuti possibili favoreggiatori del latitante Matteo MESSINA DENARO.

Le indagini hanno consentito di individuare in CRIMI Salvatore e in GUCCIARDI Michele i capi famiglia della cosa nostra di Vita e Salemi e di assicurare alla giustizia diversi gregari. Il tutto con l'ausilio anche di professionisti nell'ambito di consulenze agricole e immobiliari, sono riusciti, attraverso la AGRINNOVAZIONI s.r.l., società di fatto riconducibile al pregiudicato mafioso SCANDARIATO Girolamo, a realizzare notevoli investimenti in colture innovative per la produzione di legname. "I due importanti "uomini d'onore" - si legge ancora nel comunicato- hanno avuto un ruolo centrale nella gestione di una grossa operazione di speculazione immobiliare realizzata attraverso l'acquisto in un'asta giudiziaria di una vasta tenuta agricola di oltre sessanta ettari (sita in località Pionica del comune di Santa Ninfa) e la successiva rivendita alla VIEFFE, società agricola riconducibile ad imprenditori di San Giuseppe Jato, vicini ad ambienti mafiosi locali. L'azienda agricola, di proprietà della

moglie di SALVO Antonio, nipote dei noti esattori salemitani, i cugini Nino e Ignazio SALVO, sotto la regia di cosa nostra trapanese, veniva formalmente acquistata all'asta da NICASTRI Roberto, ritenuto prestanome del fratello Vito, noto imprenditore del settore elicolo, già sorvegliato speciale di p.s., per poi essere ceduta alla VIEFFE per l'importo di 530.000 euro. Il prezzo di vendita reale dei terreni è stato notevolmente superiore a quello dichiarato negli atti notarili e la differenza, pari a oltre duecentomila euro, sarebbe stata incassata dagli uomini di cosa nostra per la loro attività di "intermediazione immobiliare". Il sindaco di Salemi, Domenico Venuti, esprime il plauso dell'Amministrazione e dell'intera città nei confronti dei carabinieri del Comando provinciale di Trapani e degli uomini della Dia per l'operazione antimafia condotta nella notte. "Alle forze dell'ordine, che lavorano incessantemente per garantire il rispetto delle regole, va un 'grazie' di cuore da parte mia e dell'intera città di Salemi - afferma Venuti -. Per noi amministratori è importante sapere che lo Stato c'è e che non arretra di un centimetro nella lotta alla mafia - aggiunge il sindaco di Salemi -. Una lotta che oggi si traduce soprattutto nell'aggressione ai patrimoni costruiti nell'illegalità".

Franco Lo Re



Repubblica, nei confronti di altrettanti soggetti ritenuti responsabili, a vario titolo, di associazione a delinquere di stampo mafioso, estorsione e favoreggiamento nonché fittizia intestazione di beni tutti reati aggravati dalle modalità mafiose. Il provvedimento giudiziario rappresenta l'esito di un'articolata attività investigativa, avviata nell'aprile del 2014 sotto il coordinamento della DDA- Procura

**Dieci giorni di arte, laboratori, percorsi storici e narrativi, artigianato e musica, tra i tradizionali altari di pane. Festa di San Giuseppe a Salemi**

Fulcro delle iniziative il centro storico della cittadina trapanese, inserita nel club dei Borghi più belli d'Italia, che vede al suo interno anche il Palazzo dei Musei nell'ex Collegio dei Gesuiti. Saranno complessivamente nove le tradizionali 'Cene', realizzate con gli artistici pani lavorati a mano, visitabili da turisti e appassionati di storia che decideranno di recarsi a Salemi nei dieci giorni dedicati alla festa di San Giuseppe. «Siamo davanti a un evento che si è guadagnato sul campo un posto di primo piano nel panorama delle iniziative di maggiore richiamo in Sicilia - afferma il sindaco di Salemi, Domenico Venuti -. Anche quest'anno, come in passato, abbiamo investito con convinzione nella festa che è il simbolo di Salemi e che richiama nel nostro borgo tanti visitatori, molti dei quali negli anni successivi ritornano con piacere a visitare la nostra città. Un successo che ci inorgoglia e che ci spinge ogni anno a migliorare l'organizzazione, grazie anche alle associazioni che collaborano con grande forza di volontà».

Nei giorni della Festa di San Giuseppe il polo museale di Salemi - con il Museo della mafia e le altre sezioni dedicate all'archeologia, all'arte sacra e al Risorgimento - sarà aperto dal lunedì al venerdì, dalle 10 alle 14 e dalle 16 alle 20, mentre nelle giornate di sabato e domenica osserverà l'apertura continuata dalle 10 alle 20. Per il 17, 18 e 19 marzo, giorni clou della Festa di San Giuseppe, è stato istituito un servizio di bus-navetta da piazza Vittime di Nassiriya a piazza Libertà.

L'Amministrazione di Salemi ha curato le Cene di piazza Dittatura, all'interno del Palazzo del Comune, e di piazza Lampiasi, dentro la chiesa di San Bartolomeo. Altre Cene e altari sono previsti in piazza Libertà, nella sede della Pro Loco, piazza Alicia, largo Cappuccini, contrada Bagnitelli, via Monaci e via Cosenza. Il cartellone degli eventi collaterali, messo a punto dal Comune, prevede un percorso ideale tra la storia, il gusto e la tradizione che si snoderà soprattutto nel centro storico. Tra gli eventi previsti anche l'inaugurazione il 17 marzo della mostra

'Ritualità, tradizione e contemporaneità del pane', curata da Giuseppe Maiorana, che ospiterà una installazione del noto collettivo artistico 'Alterazioni Video'. La mostra, che rimarrà aperta fino all'8 aprile, è stata realizzata in collaborazione con il Polo museale regionale d'arte moderna e contemporanea di Palazzo Riso, a Palermo. Non mancherà la musica, con le colonne sonore della 'Sud Street Band' e del gruppo folkloristico 'Sicilia Bedda', e i 'Lassatiliabballari'. Il 18 e 19 marzo si potrà assistere all'inedito spettacolo di narrazione "Il vangelo secondo Giuseppe", di e con l'attore Giacomo Guarneri, prodotto dall'associazione 'La Pentola

nera'. "La Festa di San Giuseppe è il nostro fiore all'occhiello - sottolinea l'assessore comunale al Turismo, Vito Scalisi - ed è per questo che il Comune ha curato tutte le iniziative nei minimi dettagli. Vogliamo mostrare ai turisti le bellezze della nostra città, con un tuffo nella tradizione dei pani ma anche nell'arte e nella cultura rappresentate dai nostri musei e dai nostri monumenti". La Festa di San Giuseppe darà spazio anche all'imprenditoria e artigianato locale: all'interno del chiostro di Sant'Agostino, infatti, si terranno i mercatini di primavera, con i prodotti degli imprenditori e artigiani della zona, mentre il 18 e il 19 marzo la Festa entrerà nel vivo con il tradizionale pranzo dei santi nelle Cene. In questi due giorni, in piazza Dittatura, l'associazione Ristoratori Aliciensis organizzerà anche la degustazione dal titolo 'La pasta con la mollica e le 101 pietanze di San Giuseppe'. Domenica 18 marzo, infine, Salemi sarà meta degli appassionati di mountain bike con il 'Raduno dei pani', giunto quest'anno alla seconda edizione.

Franco Lo Re





**CASTELVETRANO**

**Crollo della banchina. Attacco dell'On. Tancredi**

“Non serviva chissà quale grande genio o ingegnere aerospaziale per capire che il taglio della rete elettrosaldata per la posa di tubature per la regimentazione delle acque piovane da parte del Comune di Castelvetro Selinunte, avrebbero indebolito la banchina. Il crollo di queste ore ne è la triste dimostrazione. Ora chi ha sbagliato paghi”. A dichiararlo è il deputato regionale del Movimento 5 Stelle all'Ars Sergio Tancredi che commenta così il cedimento della banchina del porto di Selinunte sulla sicurezza del quale, a gennaio scorso aveva peraltro depositato una interrogazione urgente a Musumeci e all'assessore Falcone. “Certe volte vorrei avere torto – sottolinea Tancredi

– e vorrei potermi congratulare con gli altri per un lavoro ben fatto ma invece niente. A metà gennaio infatti avevo segnalato il vero problema del porto di Selinunte che non erano certamente le alghe. Con tanto di interrogazione, report fotografico e riferimenti precisi sulle condizioni della banchina anticipavo quello che sarebbe successo. Evidentemente per qualcuno era più semplice concentrarsi solo sulle alghe. La campagna elettorale di qualcuno, aveva i suoi obblighi, ma lo avessero almeno risolto quel problema. Invece per qualche voto in più si è fatto un intervento parziale sull'insabbiamento



tati del gruppo parlamentare M5S all'Assemblea Regionale Siciliana porta di fatto la data del 5 gennaio. “Le criticità in oggetto - si legge nell'interrogazione - sarebbero direttamente riconducibili a lavori effettuati circa due anni fa, a causa dei quali per facilitare il passaggio di un cavo, avrebbero tagliato il molo tranciando le barre di ferro, con ciò determinando l'instabilità della parte esterna del molo”. L'interrogazione non ha ancora ricevuto risposta del governo regionale. “Ebbenechiosa Tancredi - quanto ci costerà adesso renderlo agibile?”.

to invece di realizzare un intervento globale”. L'interrogazione di Sergio Tancredi è sottoscritta da tutti i depu-

**Stipulato accordo di collaborazione con il Libero Consorzio Comunale di Trapani per l'affidamento delle demolizioni dei fabbricati abusivi**

**S**i rende noto che, la Commissione Straordinaria del Comune di Castelvetro ha adottato, un atto deliberativo con il quale è stato approvato un apposito accordo di collaborazione con il Libero Consorzio Comunale di Trapani finalizzato alla definizione delle procedure di gara relative all'“Affidamento ed esecuzione dei lavori di demolizione degli interventi e delle opere edilizie abusivamente realizzati in violazione delle norme di cui al T.U. in materia edilizia”.

Il suddetto Accordo, che verrà sotto-

scritto nei prossimi giorni, consentirà di avviare, con l'urgenza manifestata da questa Commissione alla predetta Stazione Unica Appaltante, l'esame delle undici offerte pervenute a seguito della pubblicazione del bando di gara, la cui scadenza era prevista per il 5 marzo 2018.

Con l'Accordo di collaborazione sopracitato, il Libero Consorzio Comunale di Trapani, nella qualità di S.U.A., curerà anche l'espletamento delle sotto elencate procedure di gara, bandite dal Comune di Castelvetro:

- Adeguamento alle norme vigenti

in materia di agibilità della Scuola Elementare “Giovanni Verga”, di via F. Centonze - 1° stralcio funzionale, dell'importo complessivo di € 130.000,00;

- Accordo quadro per gli interventi di manutenzione puntuale e/o urgenti delle reti idriche e fognarie cittadine e delle relative apparecchiature ed impianti elettromeccanici, dell'importo complessivo € 420.000,00;
- Progetto esecutivo relativo ai lavori di adattamento dell'edificio comunale denominato “Centro Servizi Integrati” di via Autonomia Siciliana, per essere

utilizzato a sostegno e servizio delle attività agro-alimentari, dell'importo complessivo € 242.673,04.

Si fa presente, altresì, che la C.U.C. di Castelvetro, alla quale aderivano i Comuni di Campobello di Mazara, Mazara del Vallo e Partanna, continuerà ad espletare le gare in corso di esperimento che di seguito si riportano:

- Lavori di sistemazione straordinaria della via Marco Polo a Marinella di Selinunte;
- Realizzazione ed adeguamento locali Asilo Nido “M. A. Infranca”.



**T. I. A. 2012 Mazara del Vallo facciamo un po' di chiarezza**

**Avv. Melania Catalano**

Movimento Consumatori Mazara del Vallo



Avv. Melania Catalano

**I**n questi giorni la vicenda degli avvisi di accertamento TIA 2012 sta facendo discutere parecchio, centro della questione è l'intervenuta decadenza, o meno, del relativo potere impositivo da parte dell'Ente Comunale. La questione della eventuale prescrizione TIA 2012, ha preso piede poiché gli avvisi di accertamento per l'anno 2012, sono stati notificati ai cittadini nei mesi di gennaio/febbraio 2018.; quindi ben oltre il 31 dicembre 2015. La nostra associazione, ed altri, hanno posto dei dubbi circa la legittimità di tali avvisi. Dal canto suo il Comune di Mazara del Vallo, ha più volte reso noto che gli avvisi di accertamento sono legittimi, poiché gli organi preposti hanno rispettato la normativa in materia di notifica. La questione TIA 2012 ha sollevato parecchio malumore tra i cittadini, in tanti si sono rivolti alla nostra associazione lamentando di aver ricevuto gli avvisi per immobili non più di proprietà, perché ad esempio donati, altri hanno portato alla nostra attenzione casi di doppi avvisi, ovvero inviati sia

al marito che alla moglie per lo stesso immobile. Abbiamo contezza di altri casi che possiamo definire particolari, un cittadino si è visto recapitare l'avviso di accertamento, nonostante avesse già pagato la tariffa regolarmente! Parliamo dal dato normativo, l'art. 1,



comma 161, L. 27/12/2006, n. 296 (Legge Finanziaria 2007) prevede che “gli enti locali, relativamente ai tributi di propria competenza, procedono alla rettifica delle dichiarazioni incomplete o infedeli o dei parziali o ritardati versamenti, nonché all'accertamento d'ufficio delle omesse dichiarazioni o degli omessi versamenti, notificando

al contribuente, anche a mezzo posta con raccomandata con avviso di ricevimento, un apposito avviso motivato. **Gli avvisi di accertamento in rettifica o d'ufficio devono essere notificati, a pena di decadenza, entro il 31 dicembre del quinto anno successivo a quello in cui la dichiarazione o il versamento sono stati o avrebbero dovuto essere effettuati”.** Tale disciplina aumenta a cinque anni il termine di decadenza, abrogando il riferimento normativo che precedentemente prevedeva il termine triennale di decadenza.

In diverse occasioni le Commissioni Provinciali Tributarie si sono espresse a favore del contribuente annullando gli avvisi di accertamento notificati oltre il termine previsto dalla normativa. Considerato che nocciolo della questione è il rispetto del termine di notifica, allorché l'Ente impositore procede a notifica a mezzo servizio postale, i cittadini possono, usufruire del servizio di Poste Italiane de-

nominato “dove quando”, per essere in grado di rintracciare una raccomandata. Il servizio, difatti, permette di verificare i dettagli, quindi: presa in carico, stato di lavorazione, e infine consegna di una data raccomandata. Contestualmente ogni singolo cittadino, ha facoltà di inoltrare al Comune di Mazara del Vallo istanza di accesso agli atti ed estrazione di copie ai sensi della l. 241/90 e succ. modifiche, chiedendo il rilascio di copia della ricevuta che attesti il termine di rilascio alle Poste. Nel caso di accesso formale il procedimento deve concludersi entro 30 giorni dalla ricezione dell'istanza. Ad ogni modo, per far valere l'intervenuta prescrizione, è necessario proporre Ricorso in Commissione Tributaria Provinciale entro il termine di 60 giorni dalla notifica del provvedimento, dunque dalla data in cui il singolo contribuente ha ritirato/ricevuto la raccomandata in questione. La semplice istanza in autotutela presentata al Comune non annulla il tributo, e una volta trascorsi i 60 giorni bisognerà pagare!



# Offerte stampe litografiche

**Manifesti - Mezzo manifesto - Biglietti da visita - Volantini - Pieghevoli - etc..**

## Manifesto 70x100

Carta antispappolo gr.120

quantità	prezzo
100	€ 140,00
250	€ 190,00
350	€ 210,00
500	€ 240,00
1000	€ 385,00
2500	€ 865,00
5000	€ 1.471,00

## Mezzo manifesto 50x70

Carta antispappolo gr.120

quantità	prezzo
250	€ 97,00
350	€ 110,00
500	€ 127,00
1000	€ 200,00
2500	€ 455,00
5000	€ 770,00

## Locandina A/3

Carta patinata lucida/opaca gr.130

quantità	prezzo
100	€ 50,00
250	€ 60,00
500	€ 68,00
1000	€ 92,00
2500	€ 175,00
5000	€ 315,00

## Volantino A/5 solo fronte

Carta patinata lucida/opaca gr.100

quantità	prezzo
100	€ 38,00
250	€ 40,00
500	€ 45,00
1000	€ 52,00
2500	€ 66,00
5000	€ 95,00

## Volantino A/5 fronte e retro

Carta patinata lucida/opaca gr.100

quantità	prezzo
100	€ 40,00
250	€ 45,00
500	€ 50,00
1000	€ 55,00
2500	€ 80,00
5000	€ 110,00

## Biglietto da visita 8,5x5,5cm

Carta patinata lucida/opaca gr.350

quantità	prezzo
250	€ 25,00
500	€ 30,00
1000	€ 35,00
2500	€ 39,00
5000	€ 49,00
7500	€ 64,00

## Pieghevole A/4 <sup>1 piega</sup><sub>4 facciate</sub>

Carta patinata lucida/opaca gr.170

quantità	prezzo
100	€ 58,00
250	€ 65,00
500	€ 77,00
1000	€ 98,00
2500	€ 160,00
5000	€ 245,00

## Pieghevole A/4 <sup>2 piega</sup><sub>6 facciate</sub>

Carta patinata lucida/opaca gr.170

quantità	prezzo
100	€ 60,00
250	€ 66,00
500	€ 79,00
1000	€ 99,00
2500	€ 160,00
5000	€ 249,00

## Adesivo per vetrina

Trasparente  
Squadrato o Sagomato

## Adesivo per pareti

Trasparente o Bianco  
Squadrato o Sagomato

## Adesivo per pavimento

Squadrato o Sagomato

**preventivo su misura**

I prezzi si intendono IVA esclusa



La parola agli esperti...

## Il cibo può davvero essere la nostra medicina

a cura della dott.ssa Angela Asaro

**D**urante tutta la mia attività professionale mi sono sempre rifiutata di consigliare degli integratori per svolgere attività fisica poiché ho sempre ritenuto che il cibo può davvero essere la nostra medicina e che saper usare il cibo nel modo giusto può anche migliorare la prestazione sportiva! A tal proposito vorrei specificare l'uso di 2 integratori che spesso non vengono visti tali poiché hanno dei nomi così comuni che tutti li scambiamo come alimenti di aiuto naturali!! E sono la vitamina C e la caffeina! Alcuni ricercatori hanno suggerito che gli integratori contenenti antiossidanti, come le vitamine C ed E e il coenzima Q10 (CoQ10), potrebbero ridurre la formazione di radicali liberi, riducendo al minimo il danno e l'affaticamento del muscolo scheletrico e promuovendo il recupero post allenamento. L'esercizio fisico aumenta il consumo di ossigeno dell'organismo e induce lo stress ossidativo, portando alla produzione di specie reattive dell'ossigeno e dell'azoto (cioè i radicali liberi) e alla creazione di più molecole ossidate in vari

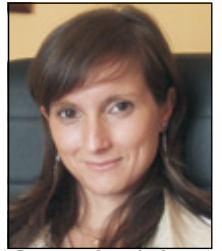
tessuti, incluso il muscolo. In teoria, i radicali liberi potrebbero compromettere le prestazioni dell'esercizio ostacolando la capacità dei muscoli di produrre forza, accelerando così il danno muscolare e l'affaticamento e producendo infiammazione e indolenzimento! Per cui ben venga la vitamina C nella giusta dose anche

di quantità eccessive di vitamina E aumenta il rischio di effetti emorragici. Altro integratore di uso comune è la caffeina che è una xantina metilata che si trova naturalmente in quantità variabili nel caffè; tè; baccelli di cacao (la fonte del cioccolato); e altre fonti vegetali / botaniche, come il guaraná, la noce di cola e l'erba mate.

La caffeina stimola il sistema nervoso centrale, i muscoli e altri organi, come il cuore, legandosi ai recettori dell'adenosina sulle cellule, bloccando così l'attività dell'adenosina, un neuromodulatore con proprietà sedative! La caffeina è comunemente usata nelle bevande energetiche! Si trova anche nei gel energetici contenenti carboidrati ed elettroliti, nonché in pillole anidre contenenti solo caffeina. L'integrazione di caffeina è più probabile che aiuti con attività di tipo di resistenza (come la corsa) e attività di lunga durata con attività intermittenti (come il calcio) rispetto a più periodi anaerobici ea breve termine di esercizio intenso (come sprint o sollevamento pesi)! L'uso di caffeina pesante (500 mg / die o più) potrebbe diminuire piuttosto che migliorare le

prestazioni fisiche e potrebbe anche disturbare il sonno e causare irritabilità e ansia! Altri effetti avversi della caffeina comprendono insonnia, irrequietezza, nausea, vomito, tachicardia e aritmia! La caffeina non induce diuresi o aumenta la perdita di sudore durante l'attività fisica e pertanto non riduce l'equilibrio dei liquidi nel corpo che influirebbe negativamente sulle prestazioni! Come tutti gli integratori alimentari, gli integratori utilizzati per migliorare l'esercizio fisico e le prestazioni atletiche possono avere effetti collaterali e potrebbero interagire con i farmaci da prescrizione e da banco. In alcuni casi, i costituenti attivi di ingredienti botanici o di altro genere promossi come aiuti ergogenici sono sconosciuti o non caratterizzati. Inoltre, molti di questi prodotti contengono più ingredienti che non sono stati adeguatamente testati in combinazione l'uno con l'altro.

Le persone interessate a prendere integratori alimentari per migliorare il loro esercizio e le prestazioni atletiche dovrebbero parlare con i loro operatori sanitari circa l'uso di questi prodotti.



Dott.ssa Angela Asaro  
Biologo Nutrizionista  
angela.asaro@libero.it



solo con il cibo e magari integrando solo per gli atleti professionisti! anche perché tra i potenziali effetti avversi di eccesso di vitamina C sono la diarrea, nausea, crampi addominali e altri disturbi gastrointestinali. L'assunzione

## Sportivamente

## Seconda Prova Nazionale Gran Prix "KINDER+ SPORT" Under 14 di Sciabola: Argento per Marco Galetti e Bronzo per Andrea Guardalà

**C**ala il sipario sulla Seconda Prova Nazionale del Gran Prix "Kinder +Sport" under14 di sciabola maschile e femminile svoltesi a San Severo (FG) il 3-4 Febbraio 2018. Brillano su tutti le prestazioni degli atleti della Mazara Scherma A.S.D. Marco Galetti e Guardalà Andrea che con i loro risultati confermano l'ottimo lavoro svolto dai Maestri Rosa Inzirillo e Gianfranco Antero. Il primo giorno di gare ha visto subito la conquista di un podio grazie all'argento vinto da Marco Galetti nella categoria Allievi. Una gara quasi perfetta che ha visto il giovane mazarese primeggiare sin da subito. Vinti tutti gli assalti del girone all'italiana, Mar-

co si piazzava al primo posto della classifica provvisoria. Rimasto sempre concentrato anche durante i match di eliminazione diretta il giovane mazarese ha espresso una scherma ad alti livelli. La finalissima lo vedeva contrapporsi all'atleta Francesco Sarcinella del Club Scherma Roma. Una assalto tra due giovani talenti che purtroppo si è concluso con la vittoria del romano Sarcinella con il punteggio di 15/10 sul mazarese Galetti. Nella seconda giornata di gare un altro podio arriva per la Mazara Scherma A.S.D. grazie al bronzo conquistato da Andrea Guardalà nella ca-

tegoria "Ragazzi". Andrea ha avuto un approccio perfetto alla gara con tanta voglia di riscatto dopo l'opaca prestazione della 1ª Prova Nazionale di Mazara del Vallo. Anche lui vincendo tutti i match del girone all'italiana si piazzava al 6ª posto della classifica provvisoria. Giunto in semi-finale, si presentava davan-

ti a lui, Marco Stigliano della società CHAMP Napoli che riusciva a superare il mazarese Guardalà con il punteggio di 15-6. Per Andrea un ottimo 3ª posto che conferma il reale valore tecnico del giovane atleta. "Siamo soddisfatti - afferma il Maestro Gianfranco Antero. "Abbiamo fatto un ottimo lavoro di preparazione tecnica e mentale per arrivare pronti a questa competizione. Ci è mancato qualche risultato forse dovuto all'emozione e qualche altro invece dovuto ad infortuni, ma abbiamo la pazienza e la convinzione di riuscire a far esprimere il meglio a ciascuno dei nostri atleti."



**MISTER PULITO  
SERVICE srl**  
**IMPRESA DI PULIZIA**

**offerta del momento**

LUCIDATURA MARMI, GRES, SCAGLIETTA E CEMENTI.

Lucidatura:

- da 20 mq fino a 80 mq € 4,00 al mq
- da 80 mq a 120 mq 3,00 mq
- da 120 mq in poi 2,00 mq.

Grazie, buona giornata.





Le vostre *Storie*  
sono la nostra *Passione*

Avrei bisogno di un **visto** per poter **partecipare** ad una fiera di settore all'**estero**, come posso fare?

Come fare per **ottenere** il **riconoscimento** in Italia di un **titolo di studio** ottenuto all'estero?

Come fare quando hai **necessità di personale fidato** da **affiancare** a chi ti è più **caro**?



*A me...  
ha aiutato  
Gruppo Europa*



*A me...  
ha aiutato  
Gruppo Europa*



*A me...  
ha aiutato  
Gruppo Europa*



Un Mondo di Servizi per **MIGRANTI, VIAGGIATORI, FAMIGLIE, AZIENDE**

**Agenzia affiliata di Mazara del Vallo**  
Via Val di Mazara, 124 - 91026 Mazara del Vallo (TP)  
Tel. e Fax 0923 940690 - Cell. 320 7910934  
mazara@gruppoeuropa.net